

1
Rapallo
L'Hotel Riviera e il suo ristorante Gambèro, lo shop ParlaComeMangi, il Ristorante U Giancu

2
Rezzoaglio
Il Caseificio del San Ste

3
Borgonovo di Mezzanego
La Locanda del Ghibellino

4
Borzonasca
L'agricoltura e l'allevamento bio di Anidagri

5
Ne
La Trattoria La Brinca e il Pastificio Artigianale Santa Rita

6
Sestri Levante
L'olio dell'Antico Frantoio Bo

7
Castiglione Chiavarese
L'Agriturismo Il Castagneto e i vini di Pino Gino

8
Moneglia
L'Hotel Abbadia San Giorgio e il Ristorante La Ruota



IL TIGULLIO E IL SUO ENTROTERRA

Profumi e sapori di erbe, verdure, funghi e olive

In Liguria, dietro al Golfo del Tigullio, c'è subito la montagna, suddivisa in un intrico di valli, scandite dai terrazzamenti lungo i pendii, l'unico terreno coltivabile strappato alla macchia e al bosco. Sulla Riviera di Levante in particolare la gente ha avuto vita tosta per sostentarsi e ha imparato, prima di rivolgersi al mare, a sfruttare erbe e ortaggi. Da qui una cucina intelligente e povera, saporita e parsimoniosa. Erbe in ogni stagione, poi verdure, funghi, noci e pinoli, olive e olio, castagne, frutti selvatici. E anche oggi la tradizione e l'attaccamento ai sapori d'un tempo non troppo lontano restano vivissimi. Due i capolavori regionali: il pesto di basilico e la torta pasqualina che annuncia la fine dell'inverno. Poi la focaccia, i ravioli con le erbe, **la prescinsoèua, uno strano formaggio autoctono, le torte salate di carciofi e d'ogni verdura e il prebugiun, piatto nullatenente e geniale.** Il pesce è presente in modo sporadico ma intenso. In quest'ultimo spicchio orientale del genovesato troviamo olio squisito e un vino raro, il moscato del Tigullio, alcuni formaggi da piena lode e il talento di qualche ristoratore entrato nei manuali della gastronomia per non aver dimenticato i piatti dei tempi duri.



1 RAPALLO

L'hotel di Hemingway

Un micio sotto la pioggia e una signora americana che lo vuole portare all'asciutto: uno dei racconti di Ernest Hemingway è un bozzetto ligure ambientato all'**Hotel Riviera**. L'albergo offre verande luminose e l'accoglienza della famiglia Gambèro. Il ristorante, **Il Gambèro** ovviamente, sfoggia cucina marina firmata da Luca Montina che eccelle nel cappon magro, connubio di verdure e pesce. Cena a 35 €, doppia da 98 €. Guido Porati è un giovanotto che ha "pescato" cose buone ovunque, e le vende a **ParlaComeMangi**.

Da segnalare i formaggi di capra conservati sottoceneri di San Massimo di Rapallo e un salume, la testa in cassetta di Castiglione Chiavarese. Fausto Oneto si veste con mille tonalità e indossa scarpe dai colori spaiati, ma in cucina ci sa fare. Nel suo **ristorante U Giancu**, un'apoteosi del fumetto tra strip di Topolino e Corto Maltese, sfilano ravioli d'erbe e fiori o asparagi e carciofi, salvia, borragine e sambuco fritti, gallo ruspante alle erbe e patate e stoccafisso accomodato. Conto 45 €.

2 REZZOAGLIO

Il miracolo del formaggio di Santo Stefano

Bisogna aver fede e amare le curve per arrivare sin qui, a quasi 1.000 metri sul livello del mare, tra i boschi della selvaggia val d'Aveto. Ma i prodotti del **Caseificio Val d'Aveto** sono eccellenti. Su tutti il San Ste: è un formaggio a pasta morbida, fatto con latte crudo saporito nei suoi tre tempi di stagionatura; poi ci sono le scamorze bianche e affumicate, i vasetti di *prescinsoèua* - cagliata fresca leggermente acidula, senza la quale molti piatti sarebbero meno interessanti -, il *sorazzu* o ricotta, la vellutata crescenza della Val d'Aveto e i tomini.

3 BORGONOVO LIGURE DI MEZZANEGO

Funghi, carciofi e zucchini nel piccolo castello della valle Sturla

Un tempo era davvero un piccolo maniero che serrava la strada della valle Sturla; oggi è un edificio merlato e un po' malconcio, con un'arcata sotto la quale transitano le auto. La **Locanda del Ghibellino** è un locale con bella grafica moderna alle pareti, dove gustare funghi, carciofi che farciscono ravioli o condiscono taglierini in alternativa alle ortiche, pappardelle allo zafferano e fiori di zucchini, la torta pasqualina, la trippa alla genovese, l'agnello fritto con carciofi, il baccalà con cipolle e pomodorini. Lo chef è Andrea Aimi, i patron Maura e Pino Iaia. Conto da 35 €.

1. Scorcio del lungomare di Rapallo in notturna.
2. L'ottimo cappon magro del Gambèro, il ristorante dell'Hotel Riviera.
3. L'ultimo tocco di Luca

Montina alle sue trofie al pesto. 4. Testa in cassetta di Castiglione Chiavarese, pesto e formaggi di capra: si acquistano da ParlaComeMangi.

Indirizzi...

RAPALLO
Hotel Riviera e
Ristorante Il Gambèro
Piazza IV Novembre 2,
0185/5.02.48

ParlaComeMangi
Via Mazzini 44,
0185/23.49.93,
www.parlacomemangi.com

Ristorante U Giancu
Via San Massimo,
0185/26.12.12,
www.ugiancu.it

REZZOAGLIO
Caseificio Val d'Aveto
Via Rezzoaglio Inferiore 35,
0185/87.03.90,
www.caseificiovaldaveto.com

4 BORZONASCA

Il salame premiato

Nell'isolatissima località di Stibiveri, un gruppo di giovani amanti della natura sta valorizzando un'area riconquistata alla macchia boschiva e recupera edifici rurali in rovina. **Anidagri**, questo è il nome dell'associazione, vi coltiva biologicamente verdure tra le quali la radice di Chiavari (una sorta di scorzonera molto apprezzata), i broccoli, le zucche, i pomodori, le cipolle rosse di Zerli, erbe officinali e aromatiche. I ragazzi dell'Anidagri producono miele e buon olio e allevano suini allo stato semibrado con cui viene preparato il salame Tre Valli, premiato in concorsi del settore.

5. Carlo Bo con i prodotti del suo frantoio. 6. Un calice da degustazione all'Antico Frantoio Bo. 7. Mieli della cooperativa Anidagri. 8. L'orto dei cavoli della cooperativa. 9. Forme di San Ste al Caseificio Val d'Aveto.

5 NE

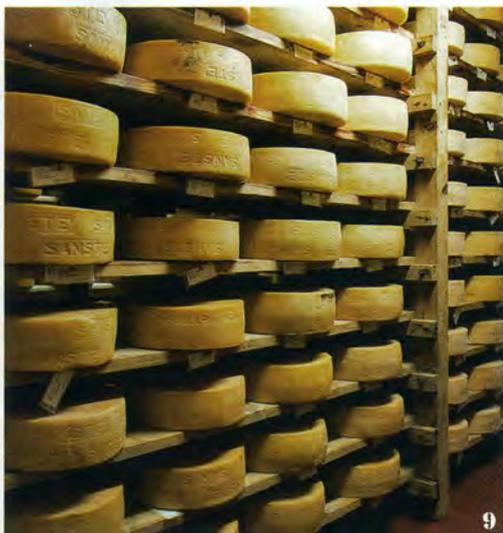
Alla Brinca si gusta il miglior prebugiun

La **trattoria La Brinca** è una delle tappe obbligate di una gita in Valgraveglia. Sergio Circella e la sua famiglia ripercorrono da anni le storie di vita e di sapori di un angolo davvero remoto di Liguria. Aggrappato a una ripida montagna, molto piacevole nell'arredo, La Brinca fa scoprire il **prebugiun**, mescolanza di un massimo di 12 erbe e patate schiacciate, impregiosita da un poco d'olio: un cibo che ha sostenuto generazioni. Esiste la versione di solo cavolo nero e patate, e qui c'è. E così la baciocca, torta di patate quarantine, cipolla e erbe; poi le tomaxelle, involtini di vitello, erbe e funghi; la lattuga, cioè foglie d'insalata ripiene e servite in brodo, grandi come caramelle; la piccaggia, vale a dire fettucine con farina di castagne e pesto. E poi la torta di riso e verdure, il coniglio ripieno disossato, il fritto misto alla genovese: un menù ancorato alla tradizione come pochi. Conto da 35-50 €. A Consenti di Ne, nel **pastificio Santa Rita** si fa tutto a mano. Il che significa una varietà di tipi di pasta, a partire dai taglierini insaporiti con zafferano, alle tre farine, al cacao, alla cannella, al pepe verde, al nero di seppia, all'ortica, al limone. E poi trofie, trenette *imbrigia* cioè al vino rosso, corzetti rotondi, stracci al farro e *scurcuzun*, pasta corta da minestrone.

6 SESTRI LEVANTE

Dalle olive colte a mano un extravergine di qualità

È dal 1867 che la famiglia Bo produce l'olio dalle sue olive e da quelle di altre aziende della zona nell'**Antico Frantoio Bo**. Tutti frutti colti a mano delle varietà pignola, razzola, lavagnina. L'olio extravergine è delicato ma non privo di personalità, leggero e fruttato, a bassa acidità tramite spremitura a freddo. Costa 11,50 € per la confezione da 0,75 litri. Qui troviamo anche acciughe sottolio e olive in salamoia, perfette per gli aperitivi.



MEZZANEGO
Locanda del Ghibellino
Località Borgonovo Ligure,
via Ginocchio 25,
0185/33.50.17

BORZONASCA
Associazione Anidagri
Località Casali
di Stibiveri 3,
0185/1.83.57.37

NE
Trattoria La Brinca
Campo di Ne 58,
0185/33.74.80,
www.la布林ca.it

Pastificio Artigianale Santa Rita
Località Consenti,
via Aldo Moro 66,
0185/33.74.82

SESTRI LEVANTE
Antico Frantoio Bo
via della Chiusa 70,
0185/48.16.05,
www.frantoio-bo.it

7 CASTIGLIONE CHIAVARESE

L'allegro e profumato Moscato del Tigullio

Natalia Mazzoli nasconde un'origine romana sotto il grande amore per la Liguria e i suoi sapori. Nel piccolo e policromo **Agriturismo Il Castagneto** prepara specialità profumate dalle erbe selvatiche, dense di aromi e sapore perché maturate al sole e accarezzate dalle brezze di mare. Ottima la focaccia cotta nel forno a legna, buonissimi i ravioli di borragine e la torta contadina dove si assommano verdure, patate, acciughe, *prescinsoëua* e maggiorana. Natalia prepara anche l'asado, punta di petto di vitello arrostito per sei ore (il nome si deve ai tanti emigrati in Argentina ritornati poi a casa), e sorbetti ai frutti di bosco e miele, noci e pinoli. Al Castagneto si tengono anche corsi di cucina; menù da 25-30 €.

Antonella Pino, figlia di Gino, lavora la vigna terrazzata con molto amore, mal di schiena e le sue mani. Una gran fatica che le frutta 1.300 bottiglie di Moscato Golfo del Tigullio, prezioso e apprezzatissimo. Il vitigno originario di Canelli qui ha attecchito a meraviglia, dando un vino profumato di sentori d'agrumi e allegro. C'è poi il Ciliegio rosso doc e la Bianchetta Genovese doc, premiati dai guru dell'enologia. Due i barricati: Missanto rosso e Missanto bianco. Il prezzo del Moscato, acquistato qui in cantina, è unico come la sua qualità: 5,80 € la bottiglia.



8 MONEGLIA

Dormire nel chiostro e mangiare in bellavista

Di fianco alla chiesa quattrocentesca di San Giorgio c'è il bel chiostro del convento, un tempo annesso al tempio. Oggi l'edificio è stato in parte trasformato nella suggestiva ed elegante **Residenza Abbazia San Giorgio**: poche camere, arredato con mobili d'epoca e ogni comfort attuale. La colazione è apparecchiata con gusto su tavole fratine. Relax e lettura nelle poltrone sparse lungo i loggiati che circondano il chiostro. Al centro del cortile: un prato, alberi d'ulivo, un silenzio badiale e il presagio del mare vicinissimo; doppia da 185 €. Aggrappato alla montagna, a picco sulla spiaggia di Moneglia, il **ristorante La Ruota** rifiuta il menù. Il giovane Edoardo Compiano lo cambia ogni giorno a seconda del pescato e del suo estro. Pesce e ancora pesce, che si annuncia con il trionfo di scampi arrampicati su un gambo di sedano verticale. Poi l'insalata di seppie e pomodori, il "crudo", cioè palamita o ricciola con salsa di soia, il lanzadro, un pesce parente dello sgombrò, con olive e pomodori, le ombrine con patate, timo e pomodorini, le seppie con i porcini. Conto per sei portate: 54 €. Gran cantina di etichette italiane e non.

10. La torta contadina dell'agriturismo Il Castagneto.
11. Natalia Mazzoli, proprietaria dell'agriturismo.
12. Moscato e canestrelli all'azienda agricola Pino Gino.

segue

Indirizzi...

CASTIGLIONE CHIAVARESE
Agriturismo Il Castagneto
Località Castagneto,
Strada provinciale
523 km 86,
0185/40.81.36

Azienda Agricola Pino Gino
Via Podestà 31,
0185/40.80.36

MONEGLIA
Residenza Abbazia
San Giorgio,
piazzale San Giorgio,
0185/49.11.19,
www.abbadiasangiorgio.com

Ristorante La Ruota
Località Lemoglio,
0185/4.95.65,
www.laruotamoneglia.it